

۱۶۱۲۵۰۶

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای کمک به کودک برای
برخورد با مرگ عزیزان

دکتر ذن شافرو کریستین لیونز

مترجم: اکرم کرمی

www.saberinbooks.ir

Schaefer, Dan : شافر، دن : سرشناسه
 عنوان و نام پدیدآور : کلیدهای کمک به کودک برای برخورد با مرگ عزیزان، راهنمای گام به گام برای کودکان و نوجوانان / دن شافر و کریستین لیونز؛ مترجم اکرم کرمی.
 مشخصات نشر : تهران، صابرین، کتابهای دانه، ۱۳۸۸.
 مشخصات ظاهری : ۳۱۳ ص.
 فروست : کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان.
 شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۱۹-۳
 یادداشت : چاپ چهارم؛ ۱۳۹۷؛ فنیاء، نمایه.
 یادداشت : عنوان اصلی: How to we tell the children?
 a step-by- step guide for helping children two to teen
 cope when someone dies, 3rd ed., c2001

موضوع : کودکان و مرگ
 موضوع : سوگمندی -- مرگ -- جنبه‌های روان‌شناسی
 موضوع : والدین و کودک
 موضوع : کودکان -- نوجوانان -- مشاوره
 شناسه افزوده : Lyons, Christine
 شناسه افزوده : کرمی، اکرم، ۱۳۴۱ -، مترجم
 رده‌بندی کنگره : ۱۳۸۸ ش ۹۳۳/م ۳۴ BF
 رده‌بندی دیویی : ۱۵۵/۹۳۷۰۸۳
 شماره کتابشناسی ملی : ۱۶۸۰۳۱۴



کتابهای دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۸۹۰

کلیدهای کمک به کودک برای برخورد با مرگ عزیزان

دکتر دن شافر و کریستین لیونز

اکرم کرمی	مترجم
مهدی شیزری	ویراستار
بابک کتیری	اجرای طرح جلد
۱۰۰۰	تعداد
زمستان ۱۴۰۳	چاپ پنجم
پاد چاپ	لیتوگرافی
پاد چاپ	ناظر چاپ
پاد چاپ	چاپ و صحافی

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۱۹-۳

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت ۲۴۰۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

.....	۵	سخن ناشر
.....	۷	پیشگفتار
.....	۹	مقدمه
.....	۱۹	فصل اول: کودکان دربارهٔ مرگ چگونه می‌اندیشند
.....	۲۵	دو تا شش سال
.....	۳۰	شش تا نه سال
.....	۳۱	نه تا دوازده سال
.....	۳۴	دوازده تا نوزده سال
.....	۳۶	فصل دوم: توضیح دادن دربارهٔ مرگ
.....	۳۸	مرگ پدر بزرگ یا مادر بزرگ
.....	۵۲	مرگ یکی از اعضای خانواده (پدر، مادر، خواهر یا برادر)
.....	۶۰	مرگ نوزادان
.....	۶۸	مرگ دوست یا هم‌کلاسی
.....	۷۱	مرگ در اثر تصادفات
.....	۷۳	مرگ در اثر قتل
.....	۷۷	مرگ در اثر خودکشی
.....	۸۶	مرگ در اثر ایدز
.....	۹۶	چگونه با کودک دربارهٔ شخصی که در حال مرگ است، صحبت کنیم

۱۱۰	چگونه با کودکان عقب مانده ذهنی صحبت کنیم
۱۱۱	مرگ حیوان دست آموز
۱۱۴	فصل سوم: التیام غم و اندوه
۱۱۷	واکنش های مشترک نسبت به غم و اندوه
۱۲۲	نیازهای ویژه کودکان
۱۲۶	روند سازگاری با اندوه
۱۳۲	آمادگی برای مشکلات قابل پیش بینی
۱۴۰	کنار آمدن با احساس گناه، خشم و مسئولیت
۱۴۶	به التیام اندوه کودک خود کمک کنیم
۱۵۳	فصل چهارم: انتظارات کودک سوگوار و بهترین روش های پاسخگویی
۱۶۲	تنش های ناشی از آسیب روانی
۱۶۷	تجربه ای شخصی از آسیب روانی
۱۸۱	مدارس و آسیب روانی
۱۸۴	فصل پنجم: مراسم تدفین راهی برای خدا حافظی
۱۸۷	کودک را در جریان امور قابل پیش بینی بگذارید
۱۹۱	هدیه خدا حافظی
۱۹۳	پرسش های احتمالی کودکان
۱۹۶	پشت سر گذاشتن اندوه
۱۹۸	فهرست نکات کلیدی

سخن ناشر

خواننده محترم، کتابی که پیش روی دارید، یک جلد از کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتاب‌های این مجموعه با وجود ارتباط موضوعی، هرکدام از نظر مطلب مستقل هستند. آمادگی برای زاینان، روش‌های مناسب و صحیح شیر دادن، تولد فرزند دوم، نقش پدر در تربیت کودک، پرورش کودک تیزهوش، آموختن به کودکان درباره خدا، سلامت جنسی در کودکان و نوجوانان، پرورش فرزندان امیدوار و موفق، کلیدهای رفتار با نوجوانان و نیز مطالب متنوع و جالب دیگری که به روش‌ها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان تا سنین بلوغ می‌پردازد، موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتاب‌ها، آموزش شیوه‌های عملی به والدین است. در نتیجه، هر کتاب از فصل‌های متعددی تشکیل شده است که هر فصل به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان، علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود، از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آن‌ها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

پیشگفتار

دکتر دن شافر^۱ در برخوردهای فراوانی که با خانواده‌های داغدار داشت، متوجه شد که معمولاً کودکان را نادیده می‌گیرند و اطلاعات نادرستی در اختیارشان قرار می‌دهند. بسیاری از والدین نمی‌توانند در دوره سوگواری به سخنان فرزند خود گوش کنند و درباره مرگ و غم و اندوه ناشی از آن، با او بی‌پرده سخن بگویند. البته ترس از آسیب روانی یا ناراحت کردن کودک، این کار را مشکل‌تر می‌کند. آن‌ها آگاه نیستند که اجتناب از موضوع و برکنار نگاه داشتن کودک از واقعه مرگ، آسیب بیشتری به او وارد می‌سازد.

کتاب حاضر روشن می‌سازد که وقتی کودکان با موضوع مرگ روبه‌رو می‌شوند و سؤال‌هایی را مطرح می‌کنند، باید آن‌ها را با صداقت و سادگی و به دور از جزئیات پیچیده و دشوار آگاه کرد. این کتاب به سادگی نشان می‌دهد که چگونه والدین می‌توانند با شناخت و باورهای فرزندان‌شان روبه‌رو شوند. اگر بر آنیم که تفکر واقع‌گرایانه را در فرزندان خود پرورش دهیم، اگر بر آنیم به آن‌ها کمک کنیم تا بر ترس از مرگ به عنوان یک پدیده خشن و مهیب غلبه کنند، چاره‌ای نداریم جز آنکه با آن‌ها به گفت‌وگو بنشینیم. تأثیر گفت‌وگوی ساده و صادقانه پدر و مادر با فرزندان‌شان، یک

عمر در ذهن آنها باقی می ماند و در مواجهه با فقدان و اندوه ناشی از آن به آنها قدرت و آرامش می دهد. این کتاب راهی برای گشودن باب گفت و گو پیش پای والدین می گذارد و از رهگذر این گفت و گو است که آنها هدیه ای گرانبها در اختیار فرزندان خود قرار می دهند.

مقدمه

سوگواری در تنهایی

مایکل^۱ و پدربزرگش هر روز، دقیقاً ساعت چهار، دست در دست یکدیگر طول خیابان را به سمت مغازه کوچک کنار خیابان طی می‌کردند؛ به گونه‌ای که می‌شد ساعت خود را با عبور آن‌ها تنظیم کرد. آن‌ها در خانه‌ای دو طبقه حوالی نیویورک زندگی می‌کردند؛ پدربزرگ در طبقه دوم و مایکل و والدینش در طبقه اول. از وقتی مایکل به دنیا آمده بود، زندگی آن‌ها بر همین منوال طی می‌شد. آن‌ها وقتی مایکل هفت ساله شد، به لانگ آیلند^۲ نقل مکان کردند، اما پدربزرگ همان جا ماندگار شد. هنگام خداحافظی همه اظهار امیدواری می‌کردند که روز شکرگزاری^۳ همدیگر را ببینند. روز شکرگزاری آمد و رفت اما از پدربزرگ خبری نشد. والدین مایکل برای او توضیح دادند که پدربزرگ مدتی از آن‌ها دور خواهد بود اما جای نگرانی نیست. ماه‌ها از پی هم می‌گذشت و مایکل همچنان انتظار می‌کشید. سرانجام وقتی روز تولدش فرا رسید و پدربزرگ حتی یک کارت تبریک هم نفرستاد، مایکل متوجه شد که باید اتفاقی افتاده باشد. او فکر می‌کرد چه کرده است که پدربزرگ دیگر او را دوست ندارد؟

1. Michael

2. Long Island

3. Thanksgiving

والدین مایکل دو سال بعد به او گفتند که پدر بزرگش مدت کوتاهی پس از اثاث‌کشی فوت کرده است. حالا مایکل می‌گوید: «می‌دونم که اونا فکر می‌کردن کار درستی انجام می‌دن اما من دوره وحشتناکی رو پشت سر گذاشتم. قطعاً زمانی که من با خودم کلنجار می‌رفتم بفهمم چه اتفاقی افتاده، اونا با پنهان کردن موضوع رنج و ناراحتی رو از من دور نکردن، علاوه‌براین وقتی سرانجام حقیقت رو به من گفتن، تازه باید با رنج از دست دادن پدر بزرگ کنار می‌اومدم.»

هرگاه یکی از عزیزان فامیل فوت می‌کند، یکایک اعضای خانواده تحت تأثیر قرار می‌گیرند. بسیاری از والدین می‌گویند چند روز اول احساس می‌کردند که غم و ناراحتی تمام انرژی آن‌ها را تحلیل برده است و کاملاً بی‌حس شده‌اند. این دوره فوق‌العاده پرفشار است، چون از یک طرف کارهای زیادی هست که باید به آن‌ها رسیدگی شود مانند مراسم تدفین و مطلع ساختن اقوام و آشنایان و از طرف دیگر تمام این کارها درست زمانی باید انجام شود که شخص مانند یک نوار ویدئویی با دور آهسته حرکت می‌کند و نمی‌تواند خود را با شرایط وفق دهد. کمکی که افراد داغ‌دیده در این دوره دریافت می‌کنند، اهمیت بسیار زیادی دارد؛ زیرا به آن‌ها کمک می‌کند تا با این شرایط بهتر کنار آیند. همسایه‌ها سر می‌زنند و غذا می‌آورند، اعضای فامیل گاه پس از سال‌ها دوری، دور هم جمع می‌شوند و به یکدیگر کمک می‌کنند و بالأخره با گریه و ذکر خاطرات به همدیگر تسلی می‌دهند و از این رهگذر غم و اندوه آن‌ها تخلیه می‌شود.

اما معمولاً کودک خانواده با دریافت اطلاعات ناقص و نادرست و محروم شدن از فعالیت‌هایی که برای کنار آمدن با این شرایط ضروری است، از چتر حمایت خانواده بیرون می‌ماند. من کودک خوش‌شانسی را که زیر چتر حمایت خانواده قرار گیرد «کودک درون» و کودکی مانند مایکل را که نادیده گرفته می‌شود، «کودک بیرون» می‌نامم. کودک بیرون

را ترک کرده‌اند. او تنها، عصبانی و سردرگم است و احساس می‌کند دیگران نسبت به او بی‌توجه هستند.

این مطلب را برای اولین بار نه سال پیش متوجه شدم: در دفتر کار خود در مرکز متوفیات در بروکلین^۱ نشسته بودم که پسر بیچه‌ی نه ساله‌ای وارد شد و با اشاره به اتفاقی که مرده‌ها را در آنجا می‌گذارند، پرسید: «عموی من اونجاست؟ اون چرا مرده؟» ابتدا کمی جا خوردم. بعد به او گفتم: «فکر می‌کنم بهتره در این باره با پدر و مادرت حرف بزنی.»

اما همان‌طور که او از اتاق بیرون می‌رفت، احساس همدردی عمیقی به من دست داد. هیچ‌کس به او نگفته بود چه اتفاقی افتاده است. می‌دانستم که احتمالاً پدر و مادرش نمی‌دانستند به او چه بگویند. با خود فکر می‌کردم که چقدر این پسر تنهاست!

تاکنون با بیش از سه هزار خانواده، در روزهای پس از مرگ عزیزانشان، کار کرده‌ام و درباره‌ی یک چیز کاملاً مطمئن هستم؛ بسیاری از خانواده‌ها هرگز نمی‌توانند درباره‌ی مرگ با فرزندانشان صحبت کنند. آن‌ها همواره می‌پرسند: «چگونه به کودک خود بگوییم؟»

آن‌ها می‌گویند که می‌توانند درباره‌ی مسائل جنسی، مشروبات الکلی و مواد مخدر یا هر موضوع دیگری با فرزند خود صحبت کنند، اما وقتی نوبت مرگ می‌رسد اصلاً نمی‌دانند چه بگویند.

البته دلایلی برای این رفتار وجود دارد: از جمله، اصلی وجود دارد که می‌گوید: «بگذار کودک، کودک باشد.» والدین به من می‌گویند که آن‌ها نمی‌خواهند با بیان مشکلات، کودک خود را نگران کنند. زیرا وقتی او بزرگ شود، به اندازه‌ی کافی مشکل خواهد داشت؛ در ضمن فرزندشان هنوز آن‌قدر رشد نکرده است که بتواند این مسائل را درک کند. از آن گذشته تا چشم بر هم بگذارند، فرزندشان فراموش می‌کند که اصلاً چنین

1. Brooklyn

فردی هم وجود داشته است.

بسیاری از والدین مایل نیستند با این وضعیت روبه رو شوند؛ زیرا نمی‌خواهند خود یا فرزندشان را بی‌جهت آزوده کنند. جینی^۱ چند روز پس از مراسم تدفین پدرش به من گفت: «طاقت ندارم ببینم ایوان^۲ نازنینم چگونه می‌کند و می‌گه که دلش واسه بابابزرگش تنگ شده. در ضمن نمی‌خوام مادرم هم مثل من دچار ناراحتی بشه. این احساس ناراحتی مال خود منه و من سعی می‌کنم اونو کنترل کنم. اینو می‌دونم. اما در حال حاضر این کار خیلی مشکله.»

کودکان فکر و احساس خود را صادقانه و بی‌پرده به زبان می‌آورند و صراحتشان پرده‌ای را که ما برای محافظت آن‌ها کشیده‌ایم، کنار می‌زنند. آن‌ها مطالبی را بیان می‌کنند که مجبور می‌شویم با مشکل روبه رو شویم و با واقعیت عاطفی شرایط برخورد کنیم. وقتی کسی می‌میرد، ناگهان فانی بودن خود را به یاد می‌آوریم چیزی که هرگز درباره آن صحبت نمی‌کنیم و اکثر ما حتی می‌ترسیم درباره آن فکر کنیم.

اندرو^۳ خانواده‌ای گرم و صمیمی دارد و معتقد است کودکان نباید در زندگی خود با امور تلخ و ناگوار روبه رو شوند. وقتی اندرو شش ساله بود، پسر عمویش - که در ضمن هم‌بازی او هم بود - ناگهان ناپدید شد. یکی از اقوام به اندرو گفته بود: «نگران نباش، اون یه روزی برمی‌گرده.» اندرو به یاد می‌آورد که روزها و هفته‌ها همچنان به انتظار پسر عمویش نشسته بود و نمی‌دانست که او کی خواهد آمد. او سال‌ها بعد متوجه شد که دوست عزیزش مرده است. حال که اندرو به گذشته فکر می‌کند، می‌گوید: «اونا قصد نداشتن به من دروغ بگن. در واقع داستان اونا تا حدی هم صحیح بود چون خانواده من معتقدند که در پایان جهان همه دوباره به زندگی باز می‌گردن. اونا فقط سعی می‌کردن با

1. Jeanie

2. Evan

3. Andrew

این ترفند به من کمک کنن.»

همه ما علاقه‌مندیم که به جوان‌ها کمک کنیم تا با مشکلات زندگی بهتر کنار بیایند. اما سرهم کردن داستان‌های خیالی یا فرار از موضوع برای کوچک جلوه دادن مرگ، تقریباً همیشه با شکست روبه‌رو می‌شود. وقتی پدر بزرگ فوت می‌کند و شما به فرزند خود می‌گویید که او به مسافرت رفته است و در عین حال اقوام و آشنایان برای مراسم مختلف عزاداری به منزل شما رفت و آمد می‌کنند، در واقع معمایی در مقابل او گذاشته‌اید که خود به زودی پاسخ را پیدا خواهد کرد. در چنین شرایطی، حتی یک کودک سه ساله هم متوجه می‌شود که اتفاقی افتاده است. وقتی صحبت کردن درباره موضوعی برای ما مشکل باشد یا حتی بترسیم درباره آن صحبت کنیم، کودکان متوجه حالت ما خواهند شد. آن‌ها تنش‌های غیرکلامی را که از امور ناخوشایند خبر می‌دهند، درک می‌کنند. وقتی اتفاق ناگواری رخ می‌دهد، حال و هوای خانه به آن اتفاق گواهی می‌دهد. جو معمولی خانه، هر روز به فرزند شما پیام می‌دهد که همه چیز روبه‌روراه است و اعضای خانه روال عادی زندگی را طی می‌کنند و اما یک روز همه چیز تغییر می‌کند.

مادر جیمی^۱ در دفتر من نشسته بود تا ترتیب مراسم خاکسپاری همسرش را بدهد. از او پرسیدم: «به بچه‌ها چی گفتی؟»

«دو تا بزرگتر می‌دونن پدرشون مرده، اما نمی‌خوام به کوچیکه چیزی بگم.»

«اون الان خونه ست؟»

«بله»

«بزرگتر ناراحتن؟»

«البته که هستن.»

«به نظر شما جیمی کوچولو چه فکری می‌کنه؟»

«اون همش درباره پدرش سؤال می‌کنه.»

«شما بهش چی می‌گین؟»

«بهش می‌گم باباش خیلی مریضه.»

«حالا همه اعضای خانواده همون‌طوری رفتار می‌کنن که پدرشون

مریض بود؟»

«نه، پسر بزرگا واقعاً حالشون بده... فکر می‌کنین کوچیکه هم چیزی

می‌دونه؟»

بدون تردید بزرگسالان برای کنار آمدن با مرگ عزیزان مجهزترند. تجربه سال‌های متمادی به آن‌ها کمک می‌کند تا بتوانند ضربه‌ها را دفع کنند. در ضمن، بزرگسالان نسبت به حقایق - یعنی آنچه واقعاً اتفاق افتاده یا اتفاق خواهد افتاد - آگام هستند. این تجربه و آگاهی، در فقدان‌ها و شکست‌ها آن‌ها را آرام می‌کند.

اما وقتی صحبت از مرگ و اندوه در کار است، کودکان هرگز نمی‌دانند چه باید بکنند. اگر به آن‌ها گفته نشود چه اتفاقی افتاده است یا اگر نتوانند آنچه را به آن‌ها گفته می‌شود باور یا درک کنند، برای تبیین غم و ناراحتی اطرافیان از اطلاعات محدود خود استفاده می‌کنند. اغلب نوجوانان دچار تخیلات وحشتناکی می‌شوند که تأثیر آن به مراتب مخرب‌تر از واقعیت خشن مرگ است. از آنجا که تصور می‌شود کودک هنوز به رشدی نرسیده است که بتواند با خبرهای ناگوار روبه‌رو شود، معمولاً اطلاعات ناقص و تحریف‌شده در اختیار او قرار می‌گیرد. اما وقتی چنین اطلاعاتی در اختیار کودک قرار می‌گیرد، او متوجه سرپوش گذاشتن روی حقایق می‌شود و از مجهولات می‌ترسد و ممکن است با خود فکر کند که: «اتفاق بدی افتاده. آیا من کار اشتباهی انجام دادم؟ شاید هم به این دلیل ناراحتن که من هفته گذشته رختخوابم رو خیس کردم!»

این ماجرا در کودکی برای جری^۱ پیش آمده بود. حالا او بیست و پنج ساله است و مرگ مادر بزرگش را به وضوح به یاد می آورد. گویی همین دیروز بود:

«مادر بزرگم در خانه بیمار بود. وقتی او مرد، تمام افراد خانواده کنارش بودند. آن‌ها مرا فوراً به آن سمت خیابان به خانه همسایه بردند و هرگز اجازه ندادند مرگ مادر بزرگ را ببینم و با بقیه باشم یا حتی در مراسم خاکسپاری شرکت کنم. یادم میاد بعد از آنکه آن‌ها رفتند، من دویدم و خودم را زیر تخت پنهان کردم. نمی توانستم بفهمم که چرا وقتی همه در کنار هم هستند، من باید تنها باشم. با خودم فکر می کردم حتماً قیافه مادر بزرگم خیلی وحشتناک شده است که به من اجازه ندادند او را ببینم. هیچ کس به من نگفت چه اتفاقی افتاده است. خیلی طول کشید تا توانستم پدر و مادرم را ببخشم»

یک بار خاخام میانسالی برایم تعریف می کرد که وقتی هفت ساله بود، پدرش درگذشت و او هنوز به یاد می آورد که اعضای خانواده در اتاق نشیمن جمع شده بودند و شیون و زاری می کردند:

«نمی دونستم معنی این کارها چیه. خیلی تنها بودم و می ترسیدم و سال‌ها در خیال تصور می کردم که یه روز پدرم برمی گرده.»

روان‌پزشک، بروس دانتو^۲ از فولترتون^۳ کالیفرنیا، می گوید که وقتی موضوع مرگ در میان است، نگه داشتن کودک در تاریکی موجب تحقیر او می شود. او رفتار ما را این گونه تفسیر می کند: «بین بچه، تو منو اذیت می کنی. تو مزاحمی، تو حق نداری بدونی چه اتفاقی افتاده.»

وقتی چنین اتفاقی می افتد، کودک را مجبور می کنیم تا در تنهایی سوگواری کند. یکی از غم‌انگیزترین صحنه‌ها این است که تابوتی در کلیسا یا دفتر متوفیات فقط یک عزادار داشته باشد. بارها متوجه شده‌ام

1. Jerry

2. Bruce Danto

3. Fullerton

که بعضی از افراد وارد کلیسا شده‌اند تا کمی آنجا بمانند، اما با مشاهده فردی که تنها در کنار تابوت نشسته است، تصمیم خود را تغییر داده‌اند و مراسم تدفین را دنبال کرده‌اند؛ هر چند که فرد عزادار را نمی‌شناختند. هیچ‌کس دوست ندارد دیگری را در سوگواری تنها ببیند. اما این چیزی است که عملاً برای کودکان زیادی اتفاق می‌افتد.

آخرین دلیلی که صحبت کردن درباره مرگ را مشکل می‌سازد، این است که ما صرفاً نمی‌دانیم چه بگوییم. حقیقت این است که موضوع مرگ برای خود ما نیز سنگین است و اغلب برای آنکه این احساس را پنهان کنیم به تعابیر مختلف متوسل می‌شویم. بحث درباره مرگ زمانی دشوار می‌شود که بخواهیم در حد درک کودک صحبت کنیم و به انبوه سؤالات همیشگی او پاسخ دهیم. ذهن کودک مانند بزرگسالان کار نمی‌کند، آن‌ها به پختگی لازم نرسیده‌اند و اطلاعات مرتبط با موضوعاتی مانند مرگ را به نحو دیگری تفسیر می‌کنند. هر چند این مطلب واضح است اما به سهولت مورد غفلت قرار می‌گیرد.

چندی پیش مادری به من گفت: «به والری^۱ گفتم که پسر عمویش مرده است. همین و بس. او خودش معنی این حرف را می‌داند، اما آیا واقعاً او می‌داند؟ آیا او معنی «مرده» را می‌داند؟ آیا او می‌داند چرا آن شخص مرده است و چه اتفاقی برای جسدش خواهد افتاد؟ این‌ها سؤالاتی است که ذهن کودک را به خود مشغول می‌کند و نیاز به پاسخ دارد.

اگر چه هنوز گفت‌وگو درباره مرگ برای بسیاری از موضوعات ممنوعه به شمار می‌رود اما چند سال پیش که ویل لی^۲ بازیگر نقش دکتر هوپر^۳ در نمایش تلویزیونی درگذشت، تولیدکنندگان سریال تصمیم گرفتند مرگ او را برای مخاطبان جوان توضیح دهند. یکی از تولیدکنندگان به نام دالسی

1. Valerie

2. Will Lee

3. Hooper

سینگر^۱ در مصاحبه‌ای گفت: «ما احساس کردیم باید با این مسئله به طور مستقیم برخورد کنیم. اگر حرفی هم در این باره نمی‌زدیم، بچه‌ها به هر حال متوجه می‌شدند. احساس ما به ما می‌گفت که باید صادق و روراست باشیم.»

به این ترتیب، نویسندگان این سریال پس از مشورت با روان‌شناس کودک متنی را تهیه کردند و به سؤالات احتمالی کودکان پاسخ گفتند و آن را در قالب یک داستان نمایش دادند.

به نظر می‌رسید سوزان^۲ مانند یک کتاب دقیقاً می‌دانست دربارهٔ مرگ عزیزش چه برخوردی با فرزندان خود داشته باشد. وقتی همسرش به قتل رسید، با حفظ خونسردی فرزندان را دور خود جمع کرد. او که زن واقع‌بین و عاقلی بود، صادقانه به تمام سؤالات فرزندان پاسخ می‌داد. او توضیح داد که چه اتفاقی برای پدرشان افتاده است. در ضمن، آن‌ها را در مراسم خاکسپاری و عزاداری شرکت داد و از آن‌ها خواست که اگر سؤال دیگری هم دارند، بپرسند و در حد توان به آن‌ها پاسخ داد. اما پس از گذشت چند ماه سوزان متوجه شد که یک سری اطلاعات مهم را ندارد. او به من گفت: «وظیفه من این نبود که فقط برای اونا توضیح بدم پدرشون چطور مرده. من باید یاد بگیرم که به اونا کمک کنم با احساس فقدان پدرشون کنار بیان درحالی‌که به هیچ روشی نمی‌تونم بفهمم تو ذهن اونا چی گذشته.»

سوزان با روشی صحیح برای کشف رابطه میان والدین و فرزند آماده شده بود. او با شمّ خود بخشی از پیامی را که باید به فرزندان می‌داد، دریافت کرده بود: صداقت، صراحت، آزاد بودن برای پرسش کردن و غمگین بودن. اما اطلاعات زیادی را که در این کتاب آمده است، در اختیار نداشت: چگونه با کودکان سنین مختلف دربارهٔ مرگ صحبت کنیم؟ آن‌ها

1. Darcy Singer

2. Susan

چه فکر و برداشتی دارند؟ آن‌ها چه احساسی دارند؟ و چگونه می‌توان به آن‌ها کمک کرد تا با احساسات خود کنار بیایند؟

برنامه‌ای که در این کتاب مطرح می‌شود، نتیجه تجربه شخصی من با هزاران خانواده‌ای است که به دفتر کار من آمده‌اند. هم‌چنین مباحثاتی است که با روان‌شناسان، مددکاران اجتماعی و متخصصان دیگر داشته‌ام. علاوه‌براین سخنرانی‌هایی که در کارگاه‌ها و کنفرانس‌ها دربارهٔ کودکان و غم داشته‌ام نیز مرا در این امر یاری کرده است.

در انتهای کتاب، نکته‌هایی به صورت چکیده از اطلاعات مندرج درون آن فهرست شده است. این برنامه به افراد زیادی در موقعیت‌های گوناگون کمک کرده است. امکان دارد تمام مطالبی که در این کتاب آمده است، به شرایط شما مربوط نباشد اما تصور می‌کنم مطالب مفید زیادی در آن خواهید یافت.

در این کتاب شما برخلاف موارد دیگر که برای درک رهنما مجبور هستید به عکس‌های مختلف نگاه کنید تا بالاخره متوجه شوید که مثلاً چگونه از یک پوشک استفاده کنید، می‌توانید به سهولت اطلاعات مورد نیاز خود را دریافت کنید و متناسب با شرایط، از آن بهره ببرید. شما در این کار تنها نیستید، بلکه بخشی از گروه بزرگ والدینی هستید که سدهای ارتباطی را شکسته و به فرزندان خود کمک کرده‌اند که دربارهٔ مرگ و عواطف پیچیده و غامض مربوط به آن راحت‌تر صحبت کنند.